



# 1F メニュー



E	P	F	Na
エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
kcal	g	g	g

5月15日(月)					5月16日(火)					5月17日(水)					5月18日(木)					5月19日(金)					5月20日(土)				
E	P	F	Na		E	P	F	Na		E	P	F	Na		E	P	F	Na		E	P	F	Na		E	P	F	Na	
ミックスフライ	440	11.5	32.1	1.2	三元豚のおろしそ トンカツ	610	30.5	38.6	1.3	ハンバーグきのこコース	395	29.1	24.1	2.1	唐揚げ	407	20.4	28.9	1.0	チキンの焦し醤油焼き	312	19.8	23.3	1.5	メンチカツ	440	11.5	32.1	1.2
卵・小麦					卵・小麦					小麦					小麦					小麦					卵・小麦				
魚の味噌煮	270	22.0	13.3	2.4	ささみのごまだれかけ	150	24.5	2.8	2.2	魚のホイイル焼き ねぎマヨ味	189	27.5	6.1	1.2	大根の煮物	250	10.8	21.3	3.5	豆腐の田楽	116	14.3	4.8	1.7	野菜炒め	214	8.3	16.1	2.0
小麦					小麦					小麦					小麦					小麦					小麦				
山菜うどん	385	12.6	2.0	4.2	月見そば	411	18.7	6.2	5.4	かき揚げうどん	428	15.2	6.5	4.9	きつねそば	385	12.6	2.0	4.2	たぬきうどん	432	12.1	7.8	4.5	わかめそば	348	11.1	2.7	5.1
小麦					小麦・そば					卵・小麦					小麦・そば					小麦					小麦・そば				
味噌ラーメン	398	14.2	8.1	4.7	塩ラーメン	397	11.5	10.6	4.6	とんこつラーメン	384	18.0	6.3	5.2	醤油ラーメン	354	13.6	5.0	6.0	野菜のせラーメン	354	13.6	5.0	6.0					
小麦					小麦					小麦					小麦					小麦									
マカロニグラタン	526	19.0	28.2	1.6	オムライス	750	32.0	29.2	3.9	カルボナーラ+デザート	446	14.6	10.0	0.9	チャーハン	693	21.6	26.1	3.5	塩焼そば	485	20.1	11.9	3.4					
小麦・乳					小麦・乳・卵					小麦・乳・卵					小麦・卵					小麦・乳・卵									
鶏マヨ丼	670	19.4	18.4	1.6	スタミナ丼	598	23.1	14.6	1.3	鶏マヨ丼	670	19.4	18.4	1.6	つくね丼	605	20.1	18.4	2.3	鶏マヨ丼	670	19.4	18.4	1.6					
卵・小麦					小麦					卵・小麦					卵・小麦					卵・小麦									
カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6
小麦・乳・落花生					小麦・乳・落花生					小麦・乳・落花生					小麦・乳・落花生					小麦・乳・落花生					小麦・乳・落花生				
カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4					
卵・小麦・乳・落花生					卵・小麦・乳・落花生					卵・小麦・乳・落花生					卵・小麦・乳・落花生					卵・小麦・乳・落花生									
Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	63.9	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	63.9	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	63.9	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	63.9	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	63.9	76.4	7.1					
卵・小麦・乳・落花生					卵・小麦・乳・落花生					卵・小麦・乳・落花生					卵・小麦・乳・落花生					卵・小麦・乳・落花生									

## ※アレルギー表示についての注意点

◇表示対象のアレルギーは、卵・乳・小麦・そば・落花生です。

◇単品のみの表示です。

◇食材が変更になる場合もある為、重篤なアレルギー症状を起こす方はご注意ください。

□単品のみの栄養価です。

□お米は国内産米を使用しております。

□食材の仕入れ状況により、献立が変更することがございます。

□土曜日・祝日は縮小メニューになります。ご了承ください。